

Multi-gym training apparatus with rope-and-pulley operated weights

Patent number: DE19801672
Publication date: 1998-11-26
Inventor: BOSSERT MATTHIAS (DE)
Applicant: BOSSERT MATTHIAS (DE)
Classification:
- international: A63B21/062
- european: A63B21/062
Application number: DE19981001672 19980119
Priority number(s): DE19981001672 19980119; DE19971004390 19970206;
DE19971036399 19970821; DE19971036400 19970821

[Report a data error here](#)**Abstract of DE19801672**

Relatively spaced pair of rope (8) pulleys are mounted on a crossbar (12) adjusting on a traction tower structure (4) and a length-adjustable support (20) can be hinged at various positions to the tower and is swivel-mounted on a horizontal sled (16). The tower, sledge and support together produce a variety of training appts. Frames. A pair of additional pulleys (13) is mounted between the pulleys (14) and a pair of pulleys (11b) is mounted pivotally on the top end of the tower structure. Each of the pair of pulleys (14) at least is secured to a sleeve (15) sliding along the respective side of the crossbar (12). Each side of the crossbar is telescopic and can be extended by plug-on adapters. The crossbar comes in two parts, each pivoted on the tower (4) and the pivotal parts of the crossbar (12) can be arrested on the tower by an arrester. The sled (16) adjusts horizontally on the structure foot (3) by means of the support (20) which (20) is hinged to the sledge itself. The seating element (28) of seat (22) is hinged to the support (20) and is supported on the sledge (16) by means of a height-adjustable connector (24). The seating element (27) is fitted out with a leg exercise unit (30) and the tower structure can be moved easily on its wheels (5) and can be laid with all components flat as required.

Data supplied from the **esp@cenet** database - Worldwide



② Aktenzeichen: 198 01 672.7
② Anmeldetag: 19. 1. 98
③ Offenlegungstag: 26. 11. 98

⑥ Innere Priorität:

197 04 390.9 06. 02. 97
197 36 399.7 21. 08. 97
197 36 400.4 21. 08. 97

⑦ Anmelder:

Bossert, Matthias, 63927 Bürgstadt, DE

⑧ Vertreter:

Patentanwälte Becker & Aue, 65719 Hofheim

⑦ Erfinder:

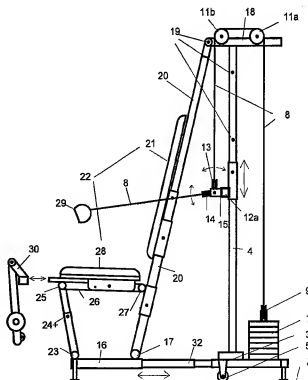
gleich Anmelder

Die folgenden Angaben sind den vom Anmelder eingereichten Unterlagen entnommen

Prüfungsantrag gem. § 44 PatG ist gestellt

④ Trainingsgerät

⑤ Ein Trainingsgerät umfaßt eine in einem Zugturm (4) vertikal bewegliche Kraftkomponente (7), die mit einem über ein Umlenkensystem geführten, an zwei freien Enden betätigbaren Seilzug (8) bewegbar ist. Das Trainingsgerät (1) soll einfach im Aufbau, kostengünstig herstellbar und dennoch vielfältig einsetzbar sein und bei Nichtgebrauch aus Platzersparnisgründen leicht zusammengelegt werden können. Hierfür sind zumindest ein am oberen Ende des Zugturms (4) angebrachtes Paar Umlenkrollen (11) für den Seilzug (8), ein am Zugturm (4) verstellbar angeordneter Querträger (12), an dem zumindest ein Paar Umlenkrollen (14) für den Seilzug (8) angebracht sind, wobei diese Umlenkrollen (14) jeweils in ihrem Abstand zur Symmetrieebene des Trainingsgerätes (1) verstellbar sind, und ein am Zugturm (4) schwenkbar angelenkter und am Fußschiene (16) beweglich angelenkter, längenverstellbarer Träger (20), vorgesehen, an welchem ein Rückenelement (21) des Sitzteils (22) angebracht ist.



Die Erfindung betrifft ein Trainingsgerät mit einer in einem Zugtum vertikal beweglichen Kraftkomponente, die mit einem über ein Umlenkensystem geführten, an zwei freien Enden betätigbaren Seilzug bewegbar ist.

Solche Trainingsgeräte sind zu sportlichen Betätigungen und für die Physiotherapie hervorragend geeignet. Sie werden für den Privatgebrauch, aber auch in kleineren Fitness-Studios und Praxen verwendet und können oft durch Verstellung einzelner Bauteile von einem Benutzer entsprechend seiner Körpergröße und seinen Trainingsanforderungen flexibel eingestellt werden. Einige dieser Trainingsgeräte können derart vielseitig eingestellt und an den Benutzer angepaßt werden, daß diese einen hochkomplizierten Aufbau aufweisen und somit einen erheblichen Herstellungs- und Kostenaufwand erfordern. Andere Geräte wiederum sind gar nicht oder nur sehr wenig individuell einstellbar, so daß deren Benutzung enge Grenzen gesetzt sind.

Derartige Trainingsgeräte, die mit Seilzug betätigt werden, sind in den verschiedensten Ausführungsformen bekannt. Dabei erfolgt das Ziehen des Seilzuges entgegen der Masse eines am Seilzug hängenden Gewichtes als Kraftkomponente. So ist aus DE-U1-92 10 969 ein Trainingsgerät bekannt, das unter Verwendung nur eines Gewichtsstapels an zwei Kraftangriffspunkten der jeweiligen Seilenden gleichzeitig trainiert werden kann. Der Austritt der Seilenden ist auf der gesamten Höhe des Seilzugapparates zu verstellen. Mit Hilfe des unteren Umlenkpunktes kann darüber hinaus die Seillänge verändert werden. Besonders nachteilig ist aber auch hier der große Bauaufwand, der dazu noch Unfallgefahren mit sich bringt. Des weiteren lassen sich aufgrund der vielseitigen Anwendung und Einstellungen des Trainingsgerätes hohe Herstellungskosten nicht vermeiden.

Es ist Aufgabe der Erfindung, ein Trainingsgerät der eingangs genannten Art zu schaffen, welches einfach im Aufbau, kostengünstig herstellbar und dennoch vielfältig einsetzbar ist und bei Nichtgebrauch aus Platzersparnisgründen leicht zusammengelegt werden kann.

Erfindungsgemäß wird die Aufgabe gelöst durch

- einen am Zugtum verstellbar angeordneten Querträger, an dem ein Paar schwenkbarer Umlenkrollen für den Seilzug angebracht ist, wobei diese Umlenkrollen jeweils in ihrem relativen Abstand zueinander verstellbar sind, und
- einen am Zugtum an verschiedenen Positionen anlenkbaren und an einem horizontal verschiebbaren Fußschlitten schwenkbar angelenkten, längenverstellbaren Träger, der mit dem Zugtum und dem horizontal verschiebbaren Fußschlitten einen jeweils unterschiedlich gestaltbaren Rahmen des Trainingsgeräts bildet.

Durch die erfindungsgemäßen Maßnahmen wird ein Trainingsgerät mit einem Umlenkensystem für einen Seilzug zur Verfügung gestellt, das sich durch geringen Aufwand hinsichtlich der zu verwendenden Bauteile auszeichnet. Darüber hinaus lassen die verstellbaren bzw. verschenkbaren Hauptbauteile des Umlenkensystems des Trainingsgerätes eine flexible Einstellung und Anpassung des Gerätes an die Anforderungen des Benutzers zu. Dieses Trainingsgerät ist für eine Vielzahl von sportlichen und therapeutischen Übungen und für die Physiotherapie nicht nur für kleine Fitness-Studios, sondern auch für kleinere Praxen und dem Privatgebrauch derart geeignet, daß mittels einer problemlosen Seilzugverstellung und einer dazu entsprechenden Anordnung einer Sitzbank sowie zusätzlich verschiedener und leicht montierbarer Zusatzeile eine handliche Trainingssein-

richtung mit einem geringen Platzbedarf durch Zusammenlegen desselben beim Nichtbenutzen geschaffen wird. Insbesondere der Umstand, daß die am höhenverstellbaren Querträger angeordneten Umlenkrollen jeweils im Abstand zur Symmetrieebene des Trainingsgerätes verstellbar sind, wird eine Vielzahl von Körperübungen am Trainingsgerät ermöglicht, so daß gezielt einzelne Muskelpartien des Benutzers trainiert werden können.

Nach einer Weiterbildung des erfindungsgemäßen Trainingsgerätes ist zwischen dem zumindest einen Paar Umlenkrollen mittig des Querträgers ein weiteres Paar Umlenkrollen angeordnet. Hierbei kann das weitere Paar Umlenkrollen starr oder schwenkbar am Querträger ausgebildet sein. Daher wird durch Anbringen eines einfachen Umlenkrollenpaares ohne größeren Bauaufwand ein weiterer Umlenkpunkt für den Seilzug geschaffen.

Auch ist das zumindest eine Paar Umlenkrollen schwenkbar am oberen Ende des Zugturmes ausbildbar. Durch die Schwenkbarkeit dieses Umlenkrollenpaares kann der Seilzug, ausgehend von der Kraftkomponente, die aus einer Mehrzahl von Gewichten besteht, über die schwenkbaren Umlenkrollen am oberen Ende des Zugturmes direkt zu demjenigen Umlenkrollenpaar geführt werden, welches am Querträger im Abstand zur Symmetrieebene des Trainingsgerätes verstellbar ist, d. h., daß das mittig des Querträgers angeordnete weitere Umlenkrollenpaar umgangen werden kann. Ist hingegen das Paar Umlenkrollen am oberen Ende des Zugturmes starr ausgebildet, so wird bevorzugt der Seilzug, ausgehend von der Kraftkomponente, über das starr am oberen Ende des Zugturmes angeordnete Umlenkrollenpaar nachfolgend über das mittig am Querträger angebrachte Umlenkrollenpaar und schließlich über das im Abstand zur Symmetrieebene des Trainingsgerätes verstellbare Umlenkrollenpaar zum Benutzer geführt.

Zweckmäßigerweise ist das zumindest eine Paar Umlenkrollen schwenkbar am Querträger ausgebildet. Dadurch ist eine Richtungsanpassung des Seilzuges an die Bewegungen des Benutzers leicht möglich.

Nach einer weiteren bevorzugten Ausbildung der Erfindung ist jede der Umlenkrollen des zumindest eines Paares Umlenkrollen an einer an jeder Seite des Querträgers verschiebbaren Hülse befestigt. Dies betrifft die Umlenkrollen, die jeweils in ihrem Abstand zur Symmetrieebene des Trainingsgerätes verstellbar werden können. Dabei kann die Hülse, je nach den Anforderungen an die auszuführenden Übungen des Benutzers in einer festen Position am Querträger arretiert werden.

In Fortbildung des Erfindungsgedankens ist jede Seite des Querträgers teleskopartig längenverstellbar ausgebildet. Dies kann bevorzugt dadurch geschehen, daß jede Seite des Querträgers durch aufsteckbare Zwischenelemente veränderbar ist. Diese Zwischenelemente werden je nach Bedarf einfach ineinander gesteckt und so der Querträger in seiner Breite verändert, um bestimmte Trainingsübungen des Benutzers zu ermöglichen bzw. zu unterstützen.

Nach einer anderen bevorzugten Ausführungsform des Trainingsgerätes ist der Querträger zweigeteilt und jedes Teil des Querträgers ist schwenkbar am Zugtum ausgebildet. Dadurch kann der Querträger in bestimmten Winkeln durch Bewegen jedes seiner Teile, gegebenenfalls unabhängig voneinander eingestellt werden, wodurch die Anwendungsvielfalt des Trainingsgerätes erheblich vergrößert wird. Die schwenkbaren Teile des Querträgers werden vor-eingestellt und arretiert, so daß ein Verschnenken der Teile des Querträgers während bestimmter Übungen des Benutzers verhindert wird.

Gemäß einer Weiterbildung der Erfindung weist das Fußteil einen horizontal verstellbaren Schlitten auf, an dem der

längenverstellbare Träger angelenkt ist. Durch die Kombination des horizontal verstellbaren Schlitte mit dem längenverstellbaren Träger kann letzterer um seinen jeweiligen Anlenkpunkt am Zugturm in spitzem oder gar stumpfem Winkel verstellt werden, indem dessen unteres, am Schlitten des Fußteils befestigtes Ende in horizontaler Richtung vor und zurück bewegt werden kann. Dadurch lassen sich eine Vielzahl von Übungen sowohl in sitzender, stehender oder auch liegender Position des Benutzers am Trainingsgerät realisieren. Beim Nichtbenutzen des Trainingsgeräts wird der längenverstellbare Träger einfach in Anlage mit dem Zugturm gebracht, wobei der Schlitten am Fußteil ebenfalls in Anlage mit dem Zugturm kommt, so daß das Trainingsgerät platzsparend abgestellt werden kann. Möglich ist auch, daß der längenverstellbare Träger teleskopartig ausgebildet ist und die Bewegung des Schlittens zwangsläufig mitvollzieht, so daß Übungen, die im wesentlichen auf horizontale Bewegungen des Benutzers gerichtet sind, ausgeführt werden können.

Bevorzugt ist ferner, daß am längenverstellbaren Träger ein Sitzelement des Sitzteils angelenkt ist, welches sich durch einen höhenverstellbaren Verbindungsträger am Schlitten des Fußteils abstützt. Da das Rückenelement des Sitzteils am längenverstellbaren Träger angebracht ist, erfolgt in Abhängigkeit vom längenverstellbaren Träger eine Relativbewegung zwischen dem Sitzelement und dem Rückenelement des Sitzteils.

Um die Vielgestaltigkeit der auszuführenden Übungen am Trainingsgerät zu erhöhen ist am Sitzelement des Sitzteils eine Einheit zur Ausübung der Beinarbeit eines Benutzers angeordnet. Diese besteht beispielsweise aus über ein Gelenkparallelogramm betätigbare gepolsterte Fußstützen oder Auflageelemente oder dergleichen in bekannter Art und Weise.

Des weiteren ist vorgesehen, daß der Zugturm des Trainingsgeräts zwecks eines leichteren Transportes auf Rädern gelagert ist.

Schließlich ist das Trainingsgerät in einen im wesentlichen flachen Zustand zusammenlegbar ausgestaltet.

Vorteilhaft an der erfindungsgemäßen Lösung sind die kleinen Abmessungen des Trainingsgeräts im unbenutzten und zusammengelegten Zustand sowie die Mobilität mittels der unterhalb des Zugturms angebrachten Räder. Das Umlenkensystem mit der Seilzugverstellung über die Umlenkrollen in unmittelbarer Nähe des Zugturmes und die entsprechende Anordnung der Sitzbank sowie mehrere leicht zu montierende Zusatzteile ermöglichen eine vielfältige Grundlage verschiedenster Übungsmethoden.

Es versteht sich, daß die vorstehend genannten und nachstehend noch zu erläuternden Merkmale nicht nur in der jeweils angegebenen Kombination, sondern auch in anderen Kombinationen oder in Alleinstellung verwendbar sind, ohne den Rahmen der vorliegenden Erfindung zu verlassen.

Der der Erfindung zugrunde liegende Gedanke wird in der nachfolgenden Beschreibung anhand von Ausführungsbeispielen, die in der Zeichnung dargestellt sind, näher beschrieben. Es zeigt:

Fig. 1 eine Seitenansicht eines erfindungsgemäßen Trainingsgeräts,

Fig. 2 eine Teilvorderansicht des Trainingsgeräts nach Fig. 1, dargestellt mit Querträger und zugehörigem Umlenkensystem für einen Seilzug,

Fig. 3 eine schematische Teilansicht des Umlenkensystems für einen Seilzug in einer alternativen Ausführungsform des Trainingsgeräts,

Fig. 4 eine Seitenansicht des Trainingsgeräts mit einer im Vergleich zu Fig. 1 unterschiedlichen Ausgestaltung des Umlenkensystems,

Fig. 5 eine Teilvorderansicht des Trainingsgeräts nach Fig. 4 und

Fig. 6 eine Teilvorderansicht zur Darstellung einer weiteren Ausführungsform, den Seilzug zu den endständigen schwenkbaren Umlenkrollen zu leiten.

Das Trainingsgerät 1 nach den Fig. 1 bis 6 besteht im wesentlichen aus einem auf einem Boden 2 ruhenden Fußteil 3 und einem rechtwinklig vom Fußteil 3 aufragenden Zugturm 4, der gestell- bzw. rahmenartig ausgebildet ist. Zum leichteren Transport des Trainingsgeräts 1 weist das Fußteil 3 an einer Seite ein Paar Räder 5 auf, während der andere Teil als verschiebbare Schlitte 16 ausgebildet ist.

Im Zugturm 4 ist eine aus mehreren Gewichten bestehende Kraftkomponente 7 angeordnet, die im Zugturm 4 vertikal geführt wird. Hierzu ist am Zugturm 4 ein Umlenkensystem für einen Seilzug 8 vorgesehen, welcher nachfolgend näher beschrieben wird.

Im unteren Bereich des Zugturms 4 befindet sich eine zentrale Umlenkrolle 9, die mechanisch mit der Kraftkomponente 7 verbunden ist. Um diese zentrale Umlenkrolle 9 wird der Seilzug 8 geführt. Am oberen Ende des Zugturms 4 befinden sich starr ausgebildete Paare Umlenkrollen 11a und 11b, über die von der zentralen Umlenkrolle 9 kommende der Seilzug 8 geführt wird. Wie insbesondere aus Fig. 2 ersichtlich, ist am Zugturm 4 ein höhenverstellbarer Querträger 12a angeordnet. Dieser ist bei der Ausführungsform nach Fig. 2 einteilig ausgebildet, wobei der rechte Teil des Querträgers 12a mit Erweiterung 12b dargestellt ist. Mittig des Querträgers 12a ist ein weiteres Paar starrer oder schwenkbarer Umlenkrollen 13 angebracht, so daß der Seilzug 8 von den Umlenkrollen 11 am oberen Ende des Zugturms 4 über die Umlenkrollen 13 weitergeführt wird.

Des weiteren ist auf dem Querträger 12a ein Paar Umlenkrollen 14 angeordnet. Jede Umlenkrolle 14 ist auf einer Hülse 15 schwenkbar befestigt, wobei die Hülse 15 auf dem Querträger 12a gleiten, so daß die entsprechenden Umlenkrollen 14 jeweils in ihrem Abstand zur Symmetrieebene des Trainingsgeräts 1 verstellbar sind. Auf der rechtsseitigen Erweiterung 12b des Querträgers 12a gemäß Fig. 2 ist eine beliebige andere Stellung der Hülse 15 angedeutet. Somit wird der Seilzug 8 von den Umlenkrollen 13 in der Mitte des Querträgers 12a zu den zueinander beabstandeten Umlenkrollen 14 auf den Hülse 15 und von dort zum Benutzer des Trainingsgeräts 1 geführt.

Das Fußteil 3 ist mittels teleskopartig ausgebildetem Träger 32 mit einem auf diesem beweglichen Schlitten 16 verbunden, an dem ein Gelenk 17 ausgebildet ist. Ein teleskopartig ausgebildeter Träger 20 ist mit dem Gelenk 17 derart am Schlitten angelenkt, daß das andere Ende des Trägers 20 mittels an ihm befindlichen endständigen Bohrungen 19, durch Überlagerung mit am Zugturm 4 befindlichen Bohrungen und Arretierungen mittels Stift 21, angelenkt werden kann. Am Träger 20 ist zusätzlich ein Rückenelement 21 eines Sitzteils 22 befestigt.

Des weiteren ist am Schlitten 16 an einem weiteren Gelenk 23 ein Verbindungsträger 24 befestigt, dessen anderes Ende mittels einem Gelenk 25 mit einer horizontalen Stäbe 26 verbunden ist. Das rückwärtige freie Ende der Stäbe 26 wiederum ist über ein längs des Trägers 20 verschiebbares Gelenk 27 mit dem längenverstellbaren Träger 20 verbunden. Diese Stäbe 26 trägt ein Sitzelement 28 des Sitzteils 22. Der Benutzer kann sonach das Sitzteil 22 zur Ausführung von Übungen benutzen und hierbei an entsprechenden Griffen 29 den Seilzug 8 betätigen.

Bei der Ausführungsform des Trainingsgeräts 1 nach Fig. 3 ist der Querträger 12 zweiteilig ausgebildet und im wesentlichen im Bereich des Paares von Umlenkrollen 13, wie durch die Pfeile verdeutlicht, verschwenkbar. Eine Ar-

retiereinrichtung 31 ist um die Schwenkpunkte angeordnet und dient zum temporären Befestigen des jeweiligen Teils des Querträgers 12 in einer vorbestimmten Stellung. Dies kann beispielsweise durch Einstecken eines Stüfes in korrespondierende Öffnungen der Arretiereinrichtung 31 erfolgen.

Die in Fig. 3 weiter dargestellten Umlenkrollen-Paare 11a und 11b sind aufgrund der zu gewährleistenden Verschiebbarkeit der Schwerpunkte der Träger 12 in dieser Weise angeordnet.

In der in den Fig. 4 und 5 gezeigten Ausführungsform des Trainingsgeräts 1 ist schematisch dargestellt, daß auch die Umlenkrollen 13 schwenkbar gelagert werden können. Dadurch wird eine Reduzierung der Anzahl der auf dem Galgen befindlichen Umlenkrollen 13 erreicht, so daß der Seilzug nun von der Rolle 9 kommend über das Rollenpaar 11a direkt zu den Rollen 13 geführt werden kann. Das Schwenken der Rollen 13 ermöglicht so einen ordnungsgemäßen Seilzug-Verlauf, indem die Rollen 13 sich dem von der vertikalen Lage des Trägers 12a am Zugturm 4 abhängigen Winkel des Seilzugs 8, bei seinem Verlauf zwischen den Rollen 13 und den Rollen 11a, anpassen.

Bezugszeichenliste

- 1 Trainingsgerät
- 2 Boden
- 3 Fußteil
- 4 Zugturm
- 5 Rad
- 6 Standfuß
- 7 Kraftkomponente
- 8 Seilzug
- 9 Umlenkrolle
- 11a Umlenkrolle
- 11b Umlenkrolle
- 12a Querträger
- 12b Aufsteckelement
- 13 Umlenkrolle
- 14 schwenkbare Umlenkrollen
- 15 Hülse
- 16 Schlitten
- 17 Gelenk
- 18 Galgen
- 19 Fixierlöcher
- 20 Träger
- 21 Rückenelement
- 22 Sitzteil
- 23 Gelenk
- 24 Verbindungsträger
- 25 Gelenk
- 26 Strebe
- 27 Gelenk
- 28 Sitzelement
- 29 Griff
- 30 Einheit
- 31 Arretiereinrichtung
- 32 Träger für Fußschlitten

Patentansprüche

1. Trainingsgerät mit einer in einem Zugturm (4) vertikal beweglichen Kraftkomponente (7), die mit einem über ein Umlenkrollensystem geführten, an zwei freien Enden betätigten Seilzug (8) bewegbar ist, **gekennzeichnet durch**
 - einen am Zugturm (4) verstellbar angeordneten Querträger (12), an dem ein Paar schwenkbarer

Umlenkrollen (14) für den Seilzug (8) angebracht ist, wobei diese Umlenkrollen (14) jeweils in ihrem relativen Abstand zueinander verstellbar sind, und

- einen am Zugturm (4) an verschiedenen Positionen anlenkbaren und an einem horizontal verschiebbaren Fußschlitten (16) schwenkbar angelenkten, längenverstellbaren Träger (20), der mit dem Zugturm (4) und dem horizontal verschiebbaren Fußschlitten (16) einen jeweils unterschiedlich gestaltbaren Rahmen des Trainingsgeräts bildet.
2. Trainingsgerät nach Anspruch 1, dadurch gekennzeichnet, daß zwischen dem zumindest einen Paar Umlenkrollen (14) mittig des Querträgers (12) ein weiteres Paar Umlenkrollen (13) angeordnet ist.
 3. Trainingsgerät nach Anspruch 1 oder 2, dadurch gekennzeichnet, daß das weitere Paar Umlenkrollen (13) starr oder schwenkbar am Querträger (12) ausgebildet ist.
 4. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 3, dadurch gekennzeichnet, daß das Paar Umlenkrollen (11b) schwenkbar am oberen Ende des Zugturmes (4) ausgebildet ist.
 5. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 4, dadurch gekennzeichnet, daß am oberen Ende des Zugturmes (4) ein weiteres starr ausgebildetes Paar Umlenkrollen (11b) angeordnet ist.
 6. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 5, dadurch gekennzeichnet, daß jede der Umlenkrollen des zumindest einen Paares Umlenkrollen (14) an einer an jeder Seite des Querträgers (12) verschiebbaren Hülse (15) befestigt ist.
 7. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 6, dadurch gekennzeichnet, daß jede Seite des Querträgers (12) teleskopartig längenverstellbar ausgebildet ist.
 8. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 7, dadurch gekennzeichnet, daß jede Seite des Querträgers (12) durch aufsteckbare Zwischenelemente (33) verlängerbar ist.
 9. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 8, dadurch gekennzeichnet, daß der Querträger (12) zweigeteilt ist und jedes Teil des Querträgers (12) schwenkbar am Zugturm (4) ausgebildet ist.
 10. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 9, dadurch gekennzeichnet, daß die schwenkbaren Teile des Querträgers (12) über eine Arretiereinrichtung (31) relativ zum Zugturm (4) festlegbar sind.
 11. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 10, dadurch gekennzeichnet, daß am Fußteil (3) mittels Träger (20) ein horizontal verstellbarer Schlitten (16) angeordnet ist, an dem der längenverstellbare Träger (20) angelenkt ist.
 12. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 11, dadurch gekennzeichnet, daß die schwenkbaren Teile des Querträgers (12) über einen höhenverstellbaren Verbindungsträger (24) am Schlitten (16) abstützt.
 13. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 12, dadurch gekennzeichnet, daß am Sitzelement (28) des Sitzteils (22) eine Einheit (30) zur Ausübung der Beinarbeit eines Benutzers angeordnet ist.
 14. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 13, dadurch gekennzeichnet, daß der Zugturm (4) zwecks eines leichteren Transportes auf Rädern (5) gelagert ist.
 15. Trainingsgerät nach einem der Ansprüche 1 bis 14, dadurch gekennzeichnet, daß dieses in einen im we-

sentlichen flachen Zustand zusammenlegbar ist.

Hierzu 6 Seite(n) Zeichnungen

5

10

15

20

25

30

35

40

45

50

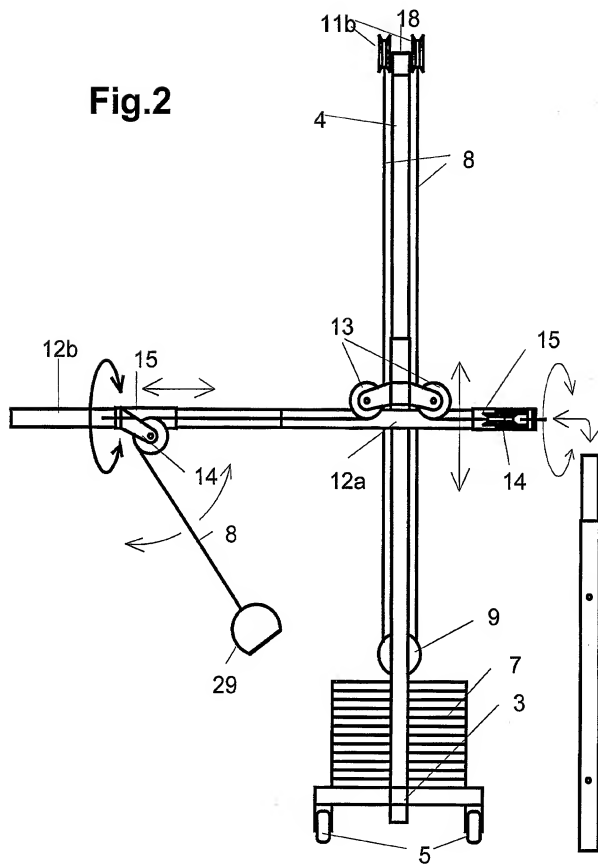
55

60

65

- Leerseite -

Fig.2



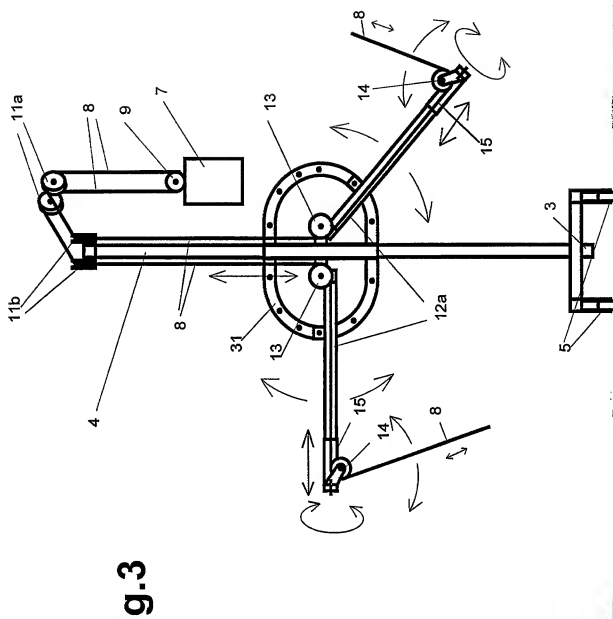


Fig.3

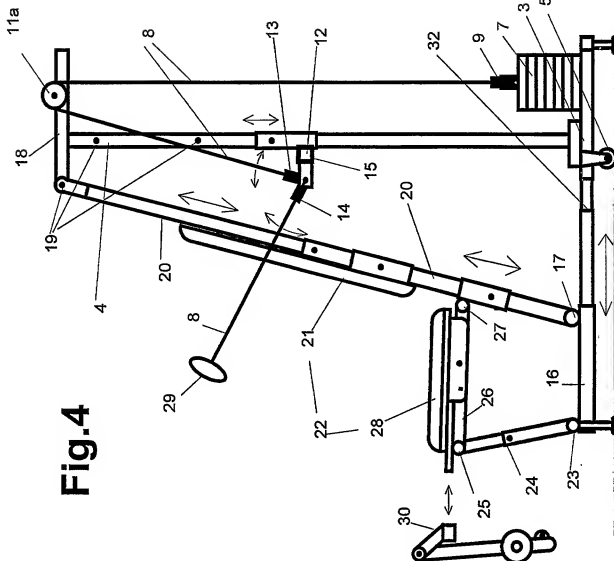


Fig.4

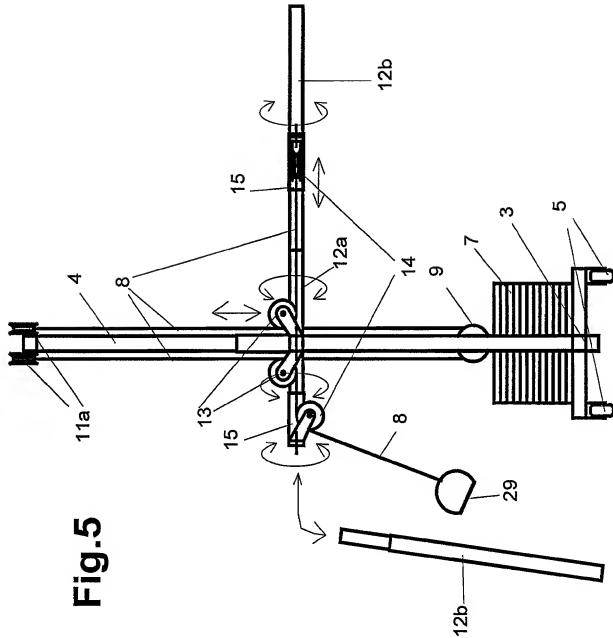


Fig. 5

FIG. 6

